

東京大学 海外留学・国際交流プログラム報告書(超短期プログラム用)

記入日: 7/25/2018

- 参加プログラム: Berkeley Summer Sessions (UCB): Regular courses
- プログラム情報: <https://www.u-tokyo.ac.jp/adm/go-global/ja/program-list-short-BerkleySummer.html>
- 派遣先大学: カリフォルニア大学バークレー校
- プログラム期間: 5/21/2018 ~ 6/29/2018
- 東京大学での所属学部・研究科等: 工学部
- 学年(プログラム開始時): 学部 3

■参加にあたってこの時期を選んだ理由:

授業などがあまり大変でなく、また院試の準備ができるちょうど良い時期だったため

■参加を決めるまでの経緯:

部活を引退して院試勉強まで何をするか考えた時、ちょうどプログラムの募集を見かけていい機会だと思って応募しました。

プログラムについて

■概要:

session A で Daniel Mulhern(HAAS Business school)による Leadership という授業を取ったのですが取って本当に良かったです。普通とは違う形式で授業を進めてとても面白いです。また金曜日(9:00-17:00)に Field Study の授業を取ったのですがこちらは思ったような授業ではなく、また9時間歩き続けるのでとても"suffering"でした(教授も最初にそれを言っていました…)

ihouse では毎週水曜日(21時-22時)に寮生同士の交流イベントで coffee hour というのがあり、そこで毎週新たに色々な人と仲良くなれます。また、その coffee hour をテーマ別で主催することもでき、僕は友達と Japanese coffee hour を提案して\$300の予算で開催しましたが、自分がどういう国の出身でどういう文化のもとに今まで生きていたのかを再認識できるいい機会になりました。

■学習・研究以外の活動で取り組んだもの:

スポーツ, 文化活動

■学習・研究以外の活動で取り組んだものの内容、または取り組まなかった理由:

筋トレに取り組みました。2つ隣の部屋の友達と週2で筋トレをすることで、体の健康を保つことができました。また、なるべく英語で考え、話すようにしました。international house には session A+D で明治大学の学生が15人ほど来ており、寮内で日本語しか使っていない人などいましたが、そこで流れに任せて自分も日本語を話すとなんのために来ているんだ、ということになるので日本人同士でも英語で話すように心がけました(もともと、最初は現地人と誤認されたのですが)。また、現地に行ったら、想像以上にアジア系が多く、彼らの多くは固まって行動します。たまには彼らと交流して文化を学びつつ、なるべく多様な出身からなる人々と行動することを意識しました。

■週末の過ごし方:

周りは金曜日に授業を取らない人が多くいたので3連休という感じでした。Six flags, Napa valley, Los Angeles, Yosemite などに友達と行きました。期末前は図書館にこもって勉強しました。

また木曜夜は triple rock, tap hous, kips などのバーに皆行きます(21歳以上)。

派遣先大学の環境について

■設備:

図書館はかなりの数がキャンパス内にあり、Google の office のような図書館や古くからある図書館があります。wifi はどこに行ってもあります。

スポーツ施設は先ほど述べたように体育会用と学生用で分かれています。スタジアム下が体育会専用で、スタジアム上にある小さいジムと RSF(Recreational Sports Facility)が学生用です。RSF にはプールもあります。RSF ではラックが30個ほどあり、ランニングマシンなども大量にあります。自由に使えるフィールドがスタジアムに隣接していたりテニスコートがキャンパス内にあるので、ihouse resident なら front desk でサッカーボールやテニスラケットが借りられるので遊べます。ジムの男女比は半々で筋トレモチベが高い人が多いです。

■サポート体制:

特にサポートがあるわけではないですが、寮内で仲良くなった友達と時間を過ごすことが生活面、精神面での支えになりました。

プログラム期間中の生活について

■宿泊先の種類:

学生寮

■宿泊先の様子、どのように見つけたか:

International House と呼ばれる寮で、キャンパスの直ぐ近くににあります。値段は割高ですが寮内の図書館は24時間使え、食堂は他の寮や食堂と比べて一番です。坂の一番上にあり、スタジアムのジムやバス停に近いです。ルームは一人用と二人用があり、一人用の方が500ドルほど高いですが絶対一人用をお勧めします。僕はダブルルームに住んでいましたがルームメイトのいびきが廊下中に響き渡るほどうるさく、とても悩まされました。設備は古いですが、伝統的で雰囲気はとても良いです。エアコンはなく、冬用のラジエーターしかないですが現地の気候はあまり暑くないのでそこはあまり気にならなかったです。

■気候、大学周辺の様子、交通機関、食事等:

気候は思った以上に涼しく、昼間は半袖、夜はフーディーを着て生活します。日差しが強く、とても乾燥しているので保湿クリームなどのスキンケア類があったほうが良いです。大学周辺に一風堂やダイソー、居酒屋があるので日本食が恋しくなったらそこに行きましょう。申し込み時に cal 1 card(学生証)と共にもらう clipper card はバス乗り放題カードで、F 路線に乗るとサンフランシスコまでタダでいけます。バスで行けないところは基本 uber で移動しました。

キャンパス付近にある Artichoke Pizza は規格外の大きさと美味しさでかなりのお勧め(\$5!)です。他に Beni というイタリアン、top dog というホットドッグ屋さんがあります。是非行ってみてください!

学生証がもらえれば体育会専用のジム以外のジムは無料で入れます。中では寄せ集めでバスケットをしたり、外のフィールド(Maxwell Family Field)でサッカーができます。

僕は大学のサッカー部と陸上部に所属している友達がいたこともあって、体育会専用の施設内に入ることができたのですが、日本とは比べ物にもならない規模で、とても貴重な体験になったのもし現地で体育会の人と仲良くなれたら案内してもらえるかもしれません。

■お金の管理方法、現地の通貨事情:
新生銀行で海外送金してもらっていましたが、この方法は 2018 年末までしか使えないのであまり参考にならないです。クレジットカードは三井住友銀行で作成し、上限引き上げを申請して、万が一使えないという事態が起きないようにしました。
■治安、医療関係事情、心身の健康管理で気をつけたこと等、危機管理:
キャンパスの南側に people's park という公園があるのですがそこはホームレスが多いので夜は一人で歩かないほうが良いです。
■自由時間に利用した交通手段:
列車、バス、Uber
■プログラム期間中に利用したネット環境:
キャンパス Wifi、レンタルしたルーター

参加前の準備・手続きについて

■プログラムへの参加手続き:
授業の履修登録が人気授業だとすぐ満員になるのでプログラムの案内が来る前に事前にネットで逆評定みたいなサイトを見て登録しました。プログラム開始1週間後までは履修訂正できるのでとりあえず取ってみたいと思った授業は枠が空いているうちにすべて申し込んでみると良いです。
■ビザの手続き:
F1ビザを取るに当たって、前もって必要書類やネットでの申し込み方法を確認したほうが良いです。ネットの事前手続きがかなり時間かかり、また面接当日も待ち時間が長いと2時間ほどになります。実際のビザが届くのも3週間ほどかかります。
■医療関係の準備:
出発直前は風邪をひいていたので1週間余分に風邪薬をもらって持って行きました。
■保険関係の準備:
案内書に従って必要最低限の保険に加入しました。
■東京大学の所属学部・研究科(教育部)で行った手続き:
なし
■語学関係の準備:
もともと幼少期にアメリカに8年滞在していたので語学関係は特に準備していない。

費用・奨学金に関すること

■参加するために要した費用:	
航空費	0 円
派遣先への支払い(授業料・施設利用料など)	300000 円
教科書代・書籍代	6000 円
海外留学保険料(東京大学指定のもの)	0 円
保険・社会保障料(留学先で必要だったもの)	0 円

■その他、補足等：	
■留学先で費やした生活費：	
家賃	400000 円
食費	60000 円
交通費	20000 円
娯楽費	200000 円
■その他、補足等：	
■プログラム参加のための奨学金の受給有無：	
受給した。	
■奨学金の支給機関・団体名等：	
東大	
■受給金額(月額)：	
160000 円	
■受給金額についての補足等：	
■奨学金をどのように見つけたか：	
大学(本部国際交流課)からの案内	

プログラムを振り返って

■プログラムに参加したことの意義、その他所感：
何より日本の梅雨を回避でき、快適なカリフォルニアで様々な人と仲良くなり、また自分自身についてもよく知るいい機会になりました。
■今後のキャリアに対する考え方や就職活動に与えた影響：
将来海外で働き、子どもにも海外で生活してほしいという以前からの目標への思いが強くなった。
■進路・就職先(就職希望先)：
民間企業 コンサル
■今後参加を考えている学生へのメッセージ、アドバイス：
ぜひ積極的に行動して楽しんでください！短期留学はあっという間なので！
■準備段階や留学中に役に立ったウェブサイト、出版物：
なし

東京大学 海外留学・国際交流プログラム報告書(超短期プログラム用)

記入日： 8/22/2018

- 参加プログラム： Berkeley Summer Sessions (UCB):Regular courses
- プログラム情報： <https://www.u-tokyo.ac.jp/adm/go-global/ja/program-list-short-BerkleySummer.html>
- 派遣先大学： カリフォルニア大学バークレー校
- プログラム期間： 6/18/2018 ~ 8/10/2018
- 東京大学での所属学部・研究科等： 工学部
- 学年(プログラム開始時)： 学部 4

■参加にあたってこの時期を選んだ理由：

東大での授業が他の学期より少なく、学年を落とすことなく行ける機会だったため

■参加を決めるまでの経緯：

期限の 1 カ月ほど前に参加を決めた。学業や就活、その他私生活など、留学に行かない理由は枚挙にいとまがないが、行ってしまうと微塵も後悔しないことが不思議である。

プログラムについて

■概要：

CS61A という現地でとても有名なコンピュータサイエンスの講義を取得。夏季のみ大学院生が講師を務め、TA やその下のアシスタントを含めると、教師サイドだけで 100 人ほど(受講する学生は 400 人ほど)の体制で行われる大変準備が行き届いた講義。これ1つだけで毎週座学、ラボ、ディスカッション、メンタリング、グループワークなど、多様な形態の講義を体験できる。

■学習・研究以外の活動で取り組んだもの：

スポーツ

■学習・研究以外の活動で取り組んだものの内容、または取り組まなかった理由：

サンフランシスコマラソンに参加。ゴールデンゲートブリッジを渡るなど、景色も良くおすすめ。また、サンフランシスコからロサンゼルスへ続く 1 号線が、ドライブに適していることで有名で、様々観光スポットがあるのでこれもおすすめ。

■週末の過ごし方：

旅行か勉強

派遣先大学の環境について

■設備：

wifi は、大学、寮、食堂すべてについていたため、SIM がなくても生活可能。図書館は様々あるので、いろいろ行って試してみると良い。

■サポート体制：

アメリカの中でもガリ勉で有名な大学なので、メリハリつけて遊ぶところはしっかり気を休めて遊ぶ姿勢を持っておくことが大切。外国人と旅行すると、英語力が伸びるのでおすすめ。

プログラム期間中の生活について

■ 宿泊先の種類:

学生寮

■ 宿泊先の様子、どのように見つけたか:

residence hall の三人部屋。UC バークレーでの寮は residence hall と ihouse が主流。東京大学からは ihouse へ申し込むことが多いようなので、あえて日本人との交流を減らしたい人は、residence hall がおすすめ。また最大二人部屋までしかない ihouse と異なり、residence hall には三人部屋があるため、アメリカ人と共同生活を送れる可能性が高い点も良い。私はアメリカ人と中国人との共同部屋だった。

■ 気候、大学周辺の様子、交通機関、食事等:

気候は長袖で生活できる程度の肌寒さ。交通機関は Uber や Lyft の使用が便利。ご飯は日本の方が美味しいので期待しないで渡航したほうが良い。

■ お金の管理方法、現地の通貨事情:

ほぼクレジットカード。現金は2カ月で3万円ほどしか使用しなかった。

■ 治安、医療関係事情、心身の健康管理で気をつけたこと等、危機管理:

治安に関しては、ホームレスの多い場所など、特に危険といわれている場所があるので、現地に着いたら現地学生に話を聞くべき。

■ 自由時間に利用した交通手段:

バス、Uber

■ プログラム期間中に利用したネット環境:

SIM

参加前の準備・手続きについて

■ プログラムへの参加手続き:

東京大学へ提出する申請書に加え、留学先へ口座残高証明書等の提出を行った。

■ ビザの手続き:

F1 ビザ。web 上での申し込みが面倒だが、その後に、ある程度の期間を要する手続きが残っているので、早めに申し込みを終わらせるべき。

■ 医療関係の準備:

特に今回のために行うことはなかった。

■ 保険関係の準備:

東大の紹介のものを申請。途中旅程が伸びた際延長手続きを行った。延長の際には、家族や友人といった、日本国内在住の代理人を通さなければならないので、旅程が変わる場合はすぐ延長手続きを行ったほうが良い。

■ 東京大学の所属学部・研究科(教育部)で行った手続き:

申請書の提出など、本部国際交流課の指示通りにやっておけばよい。

■ 語学関係の準備:

海外ドラマをひたすら見続けることで、ある程度会話できるようになった。

費用・奨学金に関すること

■参加するために要した費用:

航空費	200000 円
派遣先への支払い(授業料・施設利用料など)	400000 円
教科書代・書籍代	10000 円
海外留学保険料(東京大学指定のもの)	18000 円
保険・社会保障料(留学先で必要だったもの)	0 円

■その他、補足等:

■留学先で費やした生活費:

家賃	200000 円
食費	100000 円
交通費	10000 円
娯楽費	50000 円

■その他、補足等:

■プログラム参加のための奨学金の受給有無:

受給した。

■奨学金の支給機関・団体名等:

東京大学

■受給金額(月額):

160000 円

■受給金額についての補足等:

■奨学金をどのように見つけたか:

大学(本部国際交流課)からの案内

プログラムを振り返って

■プログラムに参加したことの意義、その他所感:

海外における日本の地位低下を感じられたことが最大の収穫だった。

■今後のキャリアに対する考え方や就職活動に与えた影響:

今後海外へ出る思いが強くなった。

■進路・就職先(就職希望先):

民間企業

■今後参加を考えている学生へのメッセージ、アドバイス:

短期派遣は留学や海外生活のお試しに最適ですが、しっかり専門分野や語学を学びたい人は 1 年以上の留学をお勧めします。

■準備段階や留学中に役に立ったウェブサイト、出版物:

Go Global のサイト

東京大学 海外留学・国際交流プログラム報告書(超短期プログラム用)

記入日: 8/21/2018

- 参加プログラム: Berkeley Summer Sessions (UCB): Regular courses
- プログラム情報: <https://www.u-tokyo.ac.jp/adm/go-global/ja/program-list-short-BerkleySummer.html>
- 派遣先大学: カリフォルニア大学バークレー校
- プログラム期間: 7/2/2018 ~ 8/10/2018
- 東京大学での所属学部・研究科等: 工学系研究科
- 学年(プログラム開始時): 修士 1

■参加にあたってこの時期を選んだ理由:
時間的余裕があったため。
■参加を決めるまでの経緯:
アメリカの大学に留学をしたいという気持ちがあり、また長期留学する時間的余裕がなかったため、このプログラムに参加することを決めた。

プログラムについて

■概要:
環境科学と地震学の2つを履修した。環境科学は週3コマのレクチャークラスと1コマのディスカッションクラスで構成されていた。授業で使われるスライドは授業の前日にアップロードされているため、授業についていけるよう事前の予習は欠かさなかった。ディスカッションクラスでは、現地学生との議論に苦労した。地震学は、週2コマのレクチャーとセッションを通して合計2回のフィールドトリップで構成されていた。講義は大教室で一方向的に話を聞く形で、既に知っている知識が多くまた議論をする機会もあまりなかったため、特に何も学べなかった。授業選択は非常に重要であるため、講義内容・講義形式に不安がある場合は、事前に大学側に連絡を取ってみると良いかもしれない。
■学習・研究以外の活動で取り組んだもの:
スポーツ
■学習・研究以外の活動で取り組んだものの内容、または取り組まなかった理由:
時間があるときにジムに行っていた。
■週末の過ごし方:
サンフランシスコやシリコンバレーの観光、I-house 主催のアクティビティ、ロサンゼルス旅行などをして過ごした。

派遣先大学の環境について

■設備:
図書館は大学内に多数あるが、遅くとも18時には閉まり土日は空いていない。I-houseの図書館は24時間空いているため、基本的に寮の図書館を利用していた。スポーツ施設は大学内にある体育館など設置された大きいものと、I-houseの近くのスタジアム内にある小さいジムを利用していた。
■サポート体制:
特に利用していないため分からない。ただ寮での生活面に関しては、分からないことや不安なことがあれば何でも聞けるような環境は整っているように感じた。

プログラム期間中の生活について

■ 宿泊先の種類:

学生寮

■ 宿泊先の様子、どのように見つけたか:

過去の体験記でおすすめされていた I-house に滞在した。日常的に現地学生や留学生と交流する機会があるため非常におすすめ。私は申し込みが遅れたが、特に問題なく入寮することが出来た。Session D は Session A との切り替わりの時期にあるためか、他の Session に比べて入寮しやすいように感じた。

■ 気候、大学周辺の様子、交通機関、食事等:

雨がほとんど降らず気温もそれほど高くないため過ごしやすい。交通機関は BART という電車と UBER を主に利用した。バス路線も非常に充実しており、キャンパス周辺のバスは学生は無料で使用出来る。寮の食事は健康的で比較的美味しいため、あまり外食はしなかった。現地学生いわく、I-house の食事は UCB の全学生寮の中でもトップクラスで美味しいとのこと。

■ お金の管理方法、現地の通貨事情:

日本からクレジットカードを2枚持っていった。基本的にどこでもカードで支払い可能だが、UBER や外食の支払いを割り勘するときなどに現金がいくらか必要になる。

■ 治安、医療関係事情、心身の健康管理で気をつけたこと等、危機管理:

大学周辺にはホームレスが多数いるが、危害を加えてくることはなかった。ただ、夜中に BART 駅周辺のダウンタウンを出歩く時は多少注意が必要である。

■ 自由時間に利用した交通手段:

列車、バス、Uber

■ プログラム期間中に利用したネット環境:

キャンパス Wifi、Sprint キャリア (softbank ユーザーは自動的に使用できる)

参加前の準備・手続きについて

■ プログラムへの参加手続き:

締め切りを確認し、早め早めに準備を進めること。また人気のクラスを受講するためには、学内選考結果通知より早く履修登録する必要があることもある。

■ ビザの手続き:

Visa は F-1 という種類を取得する必要がある。履修登録後、派遣先大学から送られてくる I-20 という書類がビザ申請に必要であり、この書類の取得に時間を要するため、早めの準備が重要である。I-20 の他にも残高証明など必要書類を用意し、Visa 申請費用等を支払った上でアメリカ大使館の面接を予約して申請を行う。

■ 医療関係の準備:

使い慣れた常備薬を多めに持っていった。またアメリカの医療費は高額であるため、体調に不安があるなら日本で治療を行っておくべき。

■ 保険関係の準備:

東京大学を通じて申し込みを行う付帯海学へ加入した。

■東京大学の所属学部・研究科(教育部)で行った手続き:	
単位認定の申請をしていないため、特に手続きは行っていない。	
■語学関係の準備:	
TOEIC 860	
特段準備をしないまま渡米したため、最初のうちは特にリスニングで苦労した。	

費用・奨学金に関すること

■参加するために要した費用:	
航空費	140000 円
派遣先への支払い(授業料・施設利用料など)	400000 円
教科書代・書籍代	2000 円
海外留学保険料(東京大学指定のもの)	12000 円
保険・社会保障料(留学先で必要だったもの)	0 円
■その他、補足等:	
■留学先で費やした生活費:	
家賃	350000 円
食費	30000 円
交通費	30000 円
娯楽費	100000 円
■その他、補足等:	
■プログラム参加のための奨学金の受給有無:	
受給した。	
■奨学金の支給機関・団体名等:	
日本学生支援機構(JASSO)	
■受給金額(月額):	
80000 円	
■受給金額についての補足等:	
■奨学金をどのように見つけたか:	
大学(本部国際交流課)からの案内	

プログラムを振り返って

■プログラムに参加したことの意義、その他所感:
多様な価値観・考えに触れたことで、自分の視野が大きく広がった。語学面では、英語によるコミュニケーションがある程度出来るという自信が付き、今後の語学力向上に対するモチベーションが高まった。また、日本には体験出来ないような様々な経験を通して、自分自身を見つめ直すことが出来た。

<p>■今後のキャリアに対する考え方や就職活動に与えた影響:</p>
<p>現地学生や留学生との交流を通して、他人がどうこうではなく自分が一番やりたいと思うことを追求していくことが重要だと感じた。また、将来国際的に活躍出来る人間になりたいというモチベーションが高まった。</p>
<p>■進路・就職先(就職希望先):</p>
<p>民間企業</p>
<p>■今後参加を考えている学生へのメッセージ、アドバイス:</p>
<p>私は修士 2 年で留学したが、より早い時期に留学出来れば良かったと考えている。自分の視野を広げる経験が得られるため、悩んでいる学生は是非参加して、様々なことを体験してきて欲しい。</p>
<p>■準備段階や留学中に役に立ったウェブサイト、出版物:</p>
<p>特になし</p>

東京大学 海外留学・国際交流プログラム報告書(超短期プログラム用)

記入日: 8/23/2018

- 参加プログラム: Berkeley Summer Sessions (UCB): Regular courses
- プログラム情報: <https://www.u-tokyo.ac.jp/adm/go-global/ja/program-list-short-BerkleySummer.html>
- 派遣先大学: カリフォルニア大学バークレー校
- プログラム期間: 7/23/2018 ~ 8/10/2018
- 東京大学での所属学部・研究科等: 工学系研究科
- 学年(プログラム開始時): 修士 1

■参加にあたってこの時期を選んだ理由:
卒業までに留学できる最後のタイミングだったから。
■参加を決めるまでの経緯:
学部生時は留学のモチベーションはあまりなかったが、大学院に進学してから海外の大学での研究に興味を覚え、修士 1 年の秋ごろから探すようになった。自身の語学力との兼ね合いもあって、最終的にサマープログラムに落ち着いた。

プログラムについて

■概要:
予習で 1~2 ページ程度の文章を読むのが定期的にあった。English Secondary Language の授業では先生とのディスカッション、グループワークでのディスカッションが中心で、深い考察よりも、レスポンスとこれまで教えられたことを反映できているかが重要であった。
■学習・研究以外の活動で取り組んだもの:
市の図書館での Conversation Club
■学習・研究以外の活動で取り組んだものの内容、または取り組まなかった理由:
毎週 1 回学外の図書館で English Conversation Club が開かれていたので参加した。留学生だけでなく現地在住者や海外出身の滞在者も含め 10 数人程度が参加していた。
■週末の過ごし方:
ある授業のフィールドワークで市街地の特定地区(San Francisco の Mission District)を訪れインタビューする課題が毎週末あった。それ以外では Stanford 大学やシリコンバレーを観光した。また、サンフランシスコの Fisherman's Wharf から Golden Gate Bridge 付近をサイクリングしたりもした。

派遣先大学の環境について

■設備:
学生証で図書館・ジム・食堂は自由に入ることができた。Wifi も大学敷地内はほとんど利用可能(フリーWifi と学生 ID を登録する Wifi と Eduroam が使えた)であった。
■サポート体制:
英語のサポートクラブがあったが、期間が短かったためお勧めされなかった。

プログラム期間中の生活について

■ 宿泊先の種類:

学生寮

■ 宿泊先の様子、どのように見つけたか:

東京大学から紹介があった Ihouse に問い合わせたところ、Ihouse ではなかったが別の学生寮(Martinez Commons)の部屋を借りられた。寮内に複数の Apartment(リビング・キッチン・バス・トイレ付属)があり、各 Apartment に各自一室ずつ(計 4 部屋)寝室が与えられていた。

■ 気候、大学周辺の様子、交通機関、食事等:

7~8 月の期間ながら 10~24℃程度と涼しかった。朝は特に冷え込んでいたので、上着の用意は必須。大学周辺では学生がバス(AC Transit)を無料で利用できた。寮費に食費分も含まれていたため、食事は朝昼晩の 3 食を食堂で食べる事ができた(休日含む)。

■ お金の管理方法、現地の通貨事情:

所持していたクレジットカードが 1 枚のみで、各種申請費で残高も少なかったため、ほとんどを現金で持ち運んだ。期間が短かったこともあり現金のみによる不具合はあまりなかったが、Uber を自分一人で利用できなかったなどの問題はあった。

■ 治安、医療関係事情、心身の健康管理で気をつけたこと等、危機管理:

特になし。

■ 自由時間に利用した交通手段:

列車、バス、Uber

■ プログラム期間中に利用したネット環境:

キャンパス Wifi、レンタルしたルーター

参加前の準備・手続きについて

■ プログラムへの参加手続き:

ビザ取得・大学への申請書提出・保険加入

■ ビザの手続き:

ビザの種類:F-1 (アメリカ)、手続きに要した時間:1 か月半ほど

■ 医療関係の準備:

特になし

■ 保険関係の準備:

大学推奨の付帯海学保険に加入した。申請後 1 週間程度で被保険者証を得られた。

■ 東京大学の所属学部・研究科(教育部)で行った手続き:

工学系研究科にサマープログラムの応募申請書を提出した。

■ 語学関係の準備:

ほとんど語学の準備をしないまま渡航したが、特に日常会話がままならなかったのが反省点であった。

費用・奨学金に関すること

■参加するために要した費用:

航空費	180000 円
派遣先への支払い(授業料・施設利用料など)	270000 円
教科書代・書籍代	1500 円
海外留学保険料(東京大学指定のもの)	8000 円
保険・社会保障料(留学先で必要だったもの)	0 円

■その他、補足等:

■留学先で費やした生活費:

家賃	190000 円
食費	20000 円
交通費	15000 円
娯楽費	15000 円

■その他、補足等:

■プログラム参加のための奨学金の受給有無:

受給した

■奨学金の支給機関・団体名等:

JASSO

■受給金額(月額):

80000 円

■受給金額についての補足等:

■奨学金をどのように見つけたか:

大学(本部国際交流課)からの案内

プログラムを振り返って

■プログラムに参加したことの意義、その他所感:

記事を読んだりなどのリーディングや授業の指示の把握はほぼ問題なかったが、ディスカッションで本当に言いたい意見を述べることの難しさ、日常会話の拙さを痛感した。

■今後のキャリアに対する考え方や就職活動に与えた影響:

就職後に改めて、語学向上ではなく研究目的で留学したいと感じた。

■進路・就職先(就職希望先):

公的機関

経済産業省

■今後参加を考えている学生へのメッセージ、アドバイス:

自分が知り合った人の 9 割が中国からの留学生であったこともあり、現地学生と仲良くなるきっかけとして、寮・授業選びは非常に重要であると感じた。

■準備段階や留学中に役に立ったウェブサイト、出版物:

ビザ申請関連のウェブサイト

東京大学 海外留学・国際交流プログラム報告書(超短期プログラム用)

記入日: 8/26/2018

- 参加プログラム: Berkeley Summer Sessions (UCB): Regular courses
- プログラム情報: <https://www.u-tokyo.ac.jp/adm/go-global/ja/program-list-short-BerkleySummer.html>
- 派遣先大学: カリフォルニア大学バークレー校
- プログラム期間: 6/4/2018 ~ 8/10/2018
- 東京大学での所属学部・研究科等: 工学系研究科
- 学年(プログラム開始時): 修士 1

■参加にあたってこの時期を選んだ理由:
修士論文と被らないため
■参加を決めるまでの経緯:
外資系に行くので、年明け頃から留学に行けるところを探し始めた。時間的に TOEFL が取れなかったの で、選択肢として Berkeley くらいしかなかったが、結果的に良かったと思う。

プログラムについて

■概要:
授業は自分がとるクラスによって異なるが、基本的には日本人は自分だけと思った方が良い。最初は何も 分からず大変だと思うが、無理であれば授業を変えることも出来るのでなんとかなると思う。
■学習・研究以外の活動で取り組んだもの:
文化活動
■学習・研究以外の活動で取り組んだものの内容、または取り組まなかった理由:
寮の友達と飲みにいったり、サンフランシスコ、ロサンゼルス、ラスベガスやグランドキャニオン、ヨセミテな ど様々な場所へ観光へ行った。せっかくの機会なので勉強も大事だが色々なところに行ってみるのもいい 経験になると思う。
■週末の過ごし方:
課題があるときは課題をやり、無いときは友人と遊びに行った。

派遣先大学の環境について

■設備:
図書館、ジム、Wifi は充実しており困ったことはない。ジムは使ったことはないが、学生ならば使えると思 う。
■サポート体制:
自分は特にサポートしてもらったことはないが、希望を出せば親切に対応してくれるのではないかと 思う。

プログラム期間中の生活について

■宿泊先の種類:
学生寮

■ 宿泊先の様子、どのように見つけたか：
自分はI-houseに入居した。他の寮と比較して文句なく素晴らしい寮なのでおすすめ出来る。また、他の寮の評判があまり良くないので可能であればI-houseに入るほうが良いと思う。ご飯はバイキング形式で自分は美味しいと感じた。人気の寮なので手続きが遅れると入れないことが多いため、早めの手続きが必要。
■ 気候、大学周辺の様子、交通機関、食事等：
気候は基本的には晴れていて湿度が低く非常に過ごしやすい。交通機関はUber, Lyftを使うのが便利。あとはBartという地下鉄が通っているので状況に応じて使い分ける。
■ お金の管理方法、現地の通貨事情：
基本的にはクレジットカードでなんとかなるが、割り勘にしたときなどのために5~10万程度あると便利。
■ 治安、医療関係事情、心身の健康管理で気をつけたこと等、危機管理：
パークレーの治安は基本的に良くない。日が暮れてからは出来る限り出歩かないことをおすすめする。自分たちがいたときも銃声が聞こえたときもあった。ホームレスが非常に多いので出来る限り近づかないほうがよい。また、地下鉄でパソコンなども開かないほうがよい。普通にしていれば問題ないが、気をつけすぎるくらいでちょうどいいと思う。
■ 自由時間に利用した交通手段：
列車、バス、Uber
■ プログラム期間中に利用したネット環境：
キャンパス Wifi、SIM

参加前の準備・手続きについて

■ プログラムへの参加手続き：
東大のHPから応募。提出物等については資料に載っているものを準備。パスポート、VISAの申請はできるだけ早めの方が良いと思う。
■ ビザの手続き：
VISAはHPで必要な情報を入力した後、2週間後くらいにI-20の書類が届くので大使館に行って面接を受ける。面接自体は10分程度で終わるが、手続きは早めに行うのが良いと思う。
■ 医療関係の準備：
薬は日本から持っていくことをおすすめします。
■ 保険関係の準備：
保険は学校指定のものに加入した。
■ 東京大学の所属学部・研究科(教育部)で行った手続き：
学校の授業や研究等と被らないかどうかなどは確認しておくと思う。
■ 語学関係の準備：
出国前の語学レベルは日常会話以下。授業はネイティブと一緒に受けることもあるので、日本で出来る限りの準備をしていった方が得られるものが多いと思うが、とりあえず行ってみるというのも大事だと思う。

費用・奨学金に関すること

■参加するために要した費用:

航空費	210000 円
派遣先への支払い(授業料・施設利用料など)	500000 円
教科書代・書籍代	10000 円
海外留学保険料(東京大学指定のもの)	20000 円
保険・社会保障料(留学先で必要だったもの)	0 円

■その他、補足等:

■留学先で費やした生活費:

家賃	550000 円
食費	50000 円
交通費	20000 円
娯楽費	150000 円

■その他、補足等:

■プログラム参加のための奨学金の受給有無:

受給した

■奨学金の支給機関・団体名等:

JASSO

■受給金額(月額):

240000 円

■受給金額についての補足等:

■奨学金をどのように見つけたか:

大学(本部国際交流課)からの案内

プログラムを振り返って

■プログラムに参加したことの意義、その他所感:

自分の場合就職先で英語が必須なため、語学力を高めるために参加した。10 週間ではあまり語学力を高めることができなかったが、日本でも語学は勉強出来ると思えたのでそこが一番大きかったと思う。一方で、参加者に日本人が多く、外国人とも話したが日本人と話す時間も多くなってしまったので、語学力をつけるという意味ではもっと外国人と一緒にいる時間を増やすべきだったと思う。

■今後のキャリアに対する考え方や就職活動に与えた影響:

自分は就職活動はもう終わっていたが、英語はこれからどの業界に行く上でも必須であると強く感じた。同時に自分の英語力のなさを痛感したため、今後も今まで以上に勉強を続けていく必要があると思う。

■進路・就職先(就職希望先):

民間企業

外資系投資銀行

■今後参加を考えている学生へのメッセージ、アドバイス:

英語力が行ってしまえばなんとかなるので、迷っているならとりあえず応募してみるのが良いと思う。

■準備段階や留学中に役に立ったウェブサイト、出版物:

東大の留学の体験文が非常に役に立った。

東京大学 海外留学・国際交流プログラム報告書(超短期プログラム用)

記入日: 8/18/2018

- 参加プログラム: Berkeley Summer Sessions (UCB): Regular courses
- プログラム情報: <https://www.u-tokyo.ac.jp/adm/go-global/ja/program-list-short-BerkleySummer.html>
- 派遣先大学: カリフォルニア大学バークレー校
- プログラム期間: 7/2/2018 ~ 8/10/2018
- 東京大学での所属学部・研究科等: 経済学部
- 学年(プログラム開始時): 学部3

■参加にあたってこの時期を選んだ理由:
経済学部部局間交換留学前に参加できるプログラムだったから。
■参加を決めるまでの経緯:
経済学部部局間交換留学決定後、経済学部教務課に勧められたため。

プログラムについて

■概要:
管理会計と Corporate Finance を受講。基本復習のみ。Corporate Finance は教授がインド人ですさまじく聞き取りにくかった。
■学習・研究以外の活動で取り組んだもの:
スポーツ
■学習・研究以外の活動で取り組んだものの内容、または取り組まなかった理由:
中国人の友人と暇なときにジムに行き運動していた。
■週末の過ごし方:
サンフランシスコ観光、Davis に住んでいる知り合いの家にホームステイなど

派遣先大学の環境について

■設備:
寮付属の図書館が 24 時間開いていてよかった。スポーツ施設も大学で使用できる。食事、パソコン関係で困ることはほぼない。
■サポート体制:
授業関係で教務課に相談に行ったとき迅速に対応してくれて助かった。基本返信が早く、親身になってくれる。

プログラム期間中の生活について

■宿泊先の種類:
学生寮
■宿泊先の様子、どのように見つけたか:
大学の紹介

■ 気候、大学周辺の様子、交通機関、食事等：
雨は降らない。たいてい 25 度前後でとても過ごしやすい。
■ お金の管理方法、現地の通貨事情：
ほぼクレジットカード。現金は保険として少々持って行った。
■ 治安、医療関係事情、心身の健康管理で気をつけたこと等、危機管理：
夜はあまり出歩かないほうが良い
■ 自由時間に利用した交通手段：
列車
■ プログラム期間中に利用したネット環境：
キャンパス Wifi、SIM

参加前の準備・手続きについて

■ プログラムへの参加手続き：
4 月ごろに留学先大学への apply をした。早めのほうが望ましい。
■ ビザの手続き：
F-1(student) Visa、取得は面談後 1 週間程度かかる。
■ 医療関係の準備：
特になし(風邪薬のみ持参)
■ 保険関係の準備：
大学の学研災に応募。お金を振り込むだけ。
■ 東京大学の所属学部・研究科(教育部)で行った手続き：
卒業単位を満たしていたためなし
■ 語学関係の準備：
もし余裕があれば学ぼうと思っている分野の単語は知っているといふ。

費用・奨学金に関すること

■ 参加するために要した費用：	
航空費	130000 円
派遣先への支払い(授業料・施設利用料など)	500000 円
教科書代・書籍代	20000 円
海外留学保険料(東京大学指定のもの)	22500 円
保険・社会保障料(留学先で必要だったもの)	0 円
■ その他、補足等：	
飛行機は片道のみ(その後スウェーデンに直行したため)	

■留学先で費やした生活費:	
家賃	30000 円
食費	20000 円
交通費	20000 円
娯楽費	30000 円
■その他、補足等:	
■プログラム参加のための奨学金の受給有無:	
受給した。	
■奨学金の支給機関・団体名等:	
JASSO、卒業生有志の短期派遣支援プログラム	
■受給金額(月額):	
160000 円	
■受給金額についての補足等:	
■奨学金をどのように見つけたか:	
大学(本部国際交流課)からの案内	

プログラムを振り返って

■プログラムに参加したことの意義、その他所感:
海外生活に慣れるという点ではとても有意義だった。授業自体のレベルはそこまで高くないので暇なときに遊びに行ったりできるのもよかった。
■今後のキャリアに対する考え方や就職活動に与えた影響:
すでに就職が決まっていたため特に影響はない。強いて言えば内定企業のサンフランシスコ office で日本人の方のお話をきいて海外駐在に対するイメージがわき、興味がわいた。
■進路・就職先(就職希望先):
専門職(法曹・医師・会計士等)。昨年末に公認会計士試験に合格。その後 4 大監査法人の一つに内定をもらい、現在は非常勤として勤務中。
■今後参加を考えている学生へのメッセージ、アドバイス:
何がしたいのかを考えて目的に沿って行動できるならとても良いと思う。来ている日本人も多様性があり、大学の壁を越えて交流できるので面白い。
■準備段階や留学中に役に立ったウェブサイト、出版物:
とくになし

東京大学 海外留学・国際交流プログラム報告書(超短期プログラム用)

記入日: 2018/09/07

- 参加プログラム: Berkeley Summer Sessions (UCB): Regular courses
- プログラム情報: <https://www.u-tokyo.ac.jp/adm/go-global/ja/program-list-short-BerkleySummer.html>
- 派遣先大学: カリフォルニア大学バークレー校
- プログラム期間: 2018/06/18 ~ 2018/08/10
- 東京大学での所属学部・研究科等: 経済学部
- 学年(プログラム開始時): 学部 3

■参加にあたってこの時期を選んだ理由:
経済学部なので S1 タームの試験が終わった時期で都合が良かったため
■参加を決めるまでの経緯:
留学プログラムには参加したいと思っており、サマープログラムを見ていたところバークレーでは自由に授業を選ぶことができるプログラムがあったため応募した。1 月後半に参加を決めた。

プログラムについて

■概要:
参加時期の要件を満たす授業を 3 つとった。1 つは Financial Economics の授業で予習はなく課題が毎日あった。2 つ目は Child Welfare で現地(ヒスパニックや在米中国人)の生徒が多く、既に社会福祉士として働いている生徒や子供を連れてくる生徒もいた。予習のビデオを見ること、課題として指定された本を読んでレポートを提出すること、最後にプレゼンテーションをするなどが課された。バークレーでしか学べないことがあればと思い選んだ。3 つ目はスピーキングの授業で 4 つのプレゼンテーションと毎回の課題があった。またフィールドワークとして授業内容に関する場所に行き、インタビューなどを 2 度行った。
■学習・研究以外の活動で取り組んだもの:
スポーツ
■学習・研究以外の活動で取り組んだものの内容、または取り組まなかった理由:
スポーツ施設にはクラスの友人と通ったが期間が短かったこと、平日は授業がありサンフランシスコなどまで出る時間がなかったため他の活動はすることができなかった。
■週末の過ごし方:
授業の課題や課題

派遣先大学の環境について

■設備:
図書館は夏休みだったため 17 時に閉まってしまい、寮の自習室で勉強した。ジムは無料で利用することができたので日常的に利用した。食堂は寮の付近にあった。wifi 利用環境は問題ない
■サポート体制:
サポートは、受けようと思えばあったのかもしれないが利用しなかった。

プログラム期間中の生活について

■宿泊先の種類:

学生寮

■宿泊先の様子、どのように見つけたか:

本部国際交流課から配布された書類に記載されていた寮のリストから見つけた。2人部屋。ベッドと机のみ、トイレやシャワールームは各階に一つ(部屋にはない)。寮費にリネン代が含まれておらず別途支払った。

■気候、大学周辺の様子、交通機関、食事等:

気候は 20-28 度で朝夜は寒いが日中は日差しが強く暑かった。T シャツにパーカーで登校した。大学周辺はホームレスが多い。夜は一人で出歩かない方が良い。交通機関はバスが学生証があれば無料、またサンフランシスコまでは地下鉄でも行くことができるがUberが安く便利だった。食事は寮のカフェテリアの食事が合わずあまり食べるができなかった。外食は1食30ドルほどした。

■お金の管理方法、現地の通貨事情:

クレジットカード2枚とデビットカード、ドルを入金した現地で使えるカードを持っていった。現地でデビットカードをもう一枚作った。カードがあれば基本払えるが現金だと割引があったりチップで悩まなくて済むかもしれない。

■治安、医療関係事情、心身の健康管理で気をつけたこと等、危機管理:

治安は悪かったので、危ないエリアは避けるようにした。服用する可能性がある薬は持参したため医療機関は利用していない。

■自由時間に利用した交通手段:

列車、バス、Uber

■プログラム期間中に利用したネット環境:

キャンパス Wifi、SIM

参加前の準備・手続きについて

■プログラムへの参加手続き:

本部国際交流課への書類提出:奨学金に関する書類、
経済学部国際交流課への書類提出: application、留学届け、
留学先への書類提出:寮の申請、授業の申請、寮は参加セッションにより空きが少ない場合がある。

■ビザの手続き:

F1、アメリカ大使館、3週間ほど、留学先からの承認書類が必要なので早めにやっておく方が良い。

■医療関係の準備:

歯科は特に保険に含まれていなかったため行く必要がある。

■保険関係の準備:

付帯海学(学校で提供されたもの)

■東京大学の所属学部・研究科(教育部)で行った手続き:

留学届を提出した。

■語学関係の準備:

特別に英語に関する準備はしていない。

費用・奨学金に関すること

■参加するために要した費用:

航空費	200000 円
派遣先への支払い(授業料・施設利用料など)	1000000 円
教科書代・書籍代	30000 円
海外留学保険料(東京大学指定のもの)	30000 円
保険・社会保障料(留学先で必要だったもの)	0 円

■その他、補足等:

食費が寮費でカバーされていなかったため食費

■留学先で費やした生活費:

家賃	500000 円
食費	300000 円
交通費	80000 円
娯楽費	300000 円

■その他、補足等:

■プログラム参加のための奨学金の受給有無:

受給した

■奨学金の支給機関・団体名等:

JASSO

■受給金額(月額):

160000 円

■受給金額についての補足等:

■奨学金をどのように見つけたか:

大学(本部国際交流課)からの案内

プログラムを振り返って

■プログラムに参加したことの意義、その他所感:

色々な授業に参加したことで視野が広がった、シリコンバレーの企業も訪問し、話を聞くことができ海外で働くことについてのイメージを持つことができた。

■今後のキャリアに対する考え方や就職活動に与えた影響:

参加前よりも就職先や働き方の選択肢を広く考えることができるようになった。

■進路・就職先(就職希望先):

■ 今後参加を考えている学生へのメッセージ、アドバイス:

サンフランシスコはビジネスの最先端でもある一方で、人種が多様(アジア系、ヒスパニック系が多い)であるため社会問題への関心も高く、2ヶ月の滞在でも考える機会が多く非常に勉強になったと思います。

■ 準備段階やプログラム参加中に役に立ったウェブサイト、出版物:

特になし

東京大学 海外留学・国際交流プログラム報告書(超短期プログラム用)

記入日: 8/15/2018

- 参加プログラム: Berkeley Summer Sessions (UCB): Regular courses
- プログラム情報: <https://www.u-tokyo.ac.jp/adm/go-global/ja/program-list-short-BerkleySummer.html>
- 派遣先大学: カリフォルニア大学バークレー校
- プログラム期間: 7/2/2018 ~ 8/10/2018
- 東京大学での所属学部・研究科等: 総合文化研究科
- 学年(プログラム開始時): 学部 4

■参加にあたってこの時期を選んだ理由:

研究がひと段落して比較的時間の余裕があったため。また、夏は応募できるプログラムが多いため。

■参加を決めるまでの経緯:

昔から海外留学に興味があったが、環境の変化が心配でなかなか踏み出せずにいた。大学を卒業して修士課程に進んだ段階で、新しいことに挑戦し、心身共に成長したいと思って応募した。

プログラムについて

■概要:

各期間ごとに様々な分野・スタイルの授業が選べる。週に数コマ進むため、通常よりもスケジュールがタイト。自分は2つ授業を取り、そのうちの1つ「Marketing」が特に印象的だった。

■学習・研究以外の活動で取り組んだもの:

スポーツ

■学習・研究以外の活動で取り組んだものの内容、または取り組まなかった理由:

ジムやキャンパス周辺で運動した。

■週末の過ごし方:

課題をやったり、観光したりした。

派遣先大学の環境について

■設備:

図書館やジムが複数ある。寮に食堂があったため、大学の食堂には行かなかった。キャンパス wifi はスムーズに使えた。

■サポート体制:

英語の writing の tutoring サービスがある。

プログラム期間中の生活について

■宿泊先の種類:

学生寮

■ 宿泊先の様子、どのように見つけたか：
大学や先輩からの紹介で I-House に宿泊した。全体的に環境が大変すばらしく、少し値段は高いが、それ以上の価値があると思った。キャンパスからすぐのところであり、通学がとても便利だった。一人部屋か二人部屋で(値段が異なる)、バスタイレは共用。部屋には机やベッドなどの家具が予め用意されている。食堂やカフェ(とても美味しい)、図書館(24 時間利用可)などが併設されている。
■ 気候、大学周辺の様子、交通機関、食事等：
日本でいう春の終わりや秋の初めくらいの気温。昼間は日差しがあるが、湿度が低くカラッとしていて過ごしやすい。雨は一日も降らなかった。大学周辺は東京のような都会ではないが、買い物や外食には困らなかった。大学から支給されるカードを使えば、バスは乗り放題だった。
■ お金の管理方法、現地の通貨事情：
基本的にはクレジットカードを使った。現金は、友人との割り勘のために少し持っていくと便利。
■ 治安、医療関係事情、心身の健康管理で気をつけたこと等、危機管理：
特に事件や事故には遭遇しなかったが、地下鉄の駅付近で銃の発砲事件があったと聞いた。日が落ちてからは、一人だけで出歩かないようにした。健康管理のために規則正しい生活を心がけた。
■ 自由時間に利用した交通手段：
列車、バス、Uber
■ プログラム期間中に利用したネット環境：
キャンパス Wifi、SIM

参加前の準備・手続きについて

■ プログラムへの参加手続き：
プログラムへの参加申し込みは Web 上からできた。複数のステップを踏む必要があるため、指示を丁寧に読み、主体的に手続きを進めていくことが大事だと感じた。
■ ビザの手続き：
派遣先から送られてくる I-20 をもとに F1VISA を取得した。書類の送付には少し時間がかかるため、なるべく早めに派遣先に要請するとよい。アメリカ大使館での面接は特に心配する必要はないが、予約を早めにとるとよい。
■ 医療関係の準備：
アメリカでの医療費は高い(特に歯医者)ため、歯科検診は出発前に済ませておいた。常備薬は少しだけ持って行ったが、使わずに済んだ。
■ 保険関係の準備：
大学指定の保険に加入した。
■ 東京大学の所属学部・研究科(教育部)で行った手続き：
実験をひと段落させてから出発した。S セメスターの授業は留学期間と一部被るため、ほぼ履修できなかった。
■ 語学関係の準備：
1 年前に TOEFL iBT を受けた。出発前 1 か月は英会話教室に数回通ったり、海外ドラマを見て英語に慣れようとした。

費用・奨学金に関すること

■参加するために要した費用:

航空費	200000 円
派遣先への支払い(授業料・施設利用料など)	430000 円
教科書代・書籍代	14000 円
海外留学保険料(東京大学指定のもの)	12500 円
保険・社会保障料(留学先で必要だったもの)	0 円

■その他、補足等:

■留学先で費やした生活費:

家賃	380000 円
食費	40000 円
交通費	7000 円
娯楽費	60000 円

■その他、補足等:

■プログラム参加のための奨学金の受給有無:

受給した

■奨学金の支給機関・団体名等:

JASSO、FUTI

■受給金額(月額):

160000 円

■受給金額についての補足等:

■奨学金をどのように見つけたか:

大学(本部国際交流課)からの案内, ネット上の情報や掲示物などから見つけた

プログラムを振り返って

■プログラムに参加したことの意義、その他所感:

慣れ親しんだ環境から一歩踏み出す勇気を得られたと思う。また、自分とは異なる考え方や価値観、文化に触れることで、多様な視点を身につけることができ、たくさんの素晴らしい出会いに恵まれた。

■今後のキャリアに対する考え方や就職活動に与えた影響:

自分が思っている以上に様々な選択肢があることに気づいた。いわゆる「既定のレールに沿った道」を歩く必要はないと思えるようになった。

■進路・就職先(就職希望先):

研究職

■ 今後参加を考えている学生へのメッセージ、アドバイス:

未知の世界に踏み込むには勇気が必要ですが、その分得られるものも想像以上に大きいです。ぜひ新しいことにチャレンジしてみてください。

■ 準備段階や留学中に役に立ったウェブサイト、出版物:

東大や派遣先の Web ページ、留学経験を綴ったブログなど。

東京大学 海外留学・国際交流プログラム報告書(超短期プログラム用)

記入日：8/22/2018

- 参加プログラム：Berkeley Summer Sessions (UCB):Regular courses
- プログラム情報：<https://www.u-tokyo.ac.jp/adm/go-global/ja/program-list-short-BerkleySummer.html>
- 派遣先大学：カリフォルニア大学バークレー校
- プログラム期間：7/23/2018 ~ 8/10/2018
- 東京大学での所属学部・研究科等：教養学部
- 学年(プログラム開始時)：学部1

■参加にあたってこの時期を選んだ理由：

夏はサマーコースなどが各大学で開講されている上に、まとまった時間が取りやすいので、一番短期留学に適していると思ったから。

■参加を決めるまでの経緯：

UC Berkeley は以前サンフランシスコに家族旅行に来た時訪れて以来憧れだったため、一度で良いからその学生になってみたいと思った。語学要件と成績要件があまり自信がなかったが、熱意で頑張ろうと押し通した。

プログラムについて

■概要：

課題が毎日一定量あり大変だったが、勉強に行っているので全く苦ではなかった。Pronunciation の授業は正直軽くみていたが結果的に非常にためになった。というのもサマースクールを受講している周りの中国人やルームメイト達も発音がよろしくなく、第二言語である以上自分では気づかない発音の悪い癖はあって、それをネイティブのもとで学びなおすのは非常に意義があると気づいたからだ。

■学習・研究以外の活動で取り組んだもの：

スポーツ, 文化活動

■学習・研究以外の活動で取り組んだものの内容、または取り組まなかった理由：

キャンパスにある博物館に行ったり附属の植物园に行ったりと、San Francisco などに観光に行くだけでなくまずは Berkeley を堪能することも大事だと思ったので、Berkeley 関係の文化施設にはほぼ全て回ったはず。

■週末の過ごし方：

以前東大に study tour できた UC Berkeley 生とたまたま何人か知り合いになっていたのも、ことごとく連絡をとりまくって会い、友人を紹介してもらったりローカルコミュニティに混ぜてもらって、一緒にスポーツをしたり家に遊びに行ったり教会に行ったり人生について深く語り合ったりオススメのカフェに連れて行ってもらったりした。3 週間は短いけど、フレンドリーな人たちが多いため深い繋がりができた。サマースクールだけ参加している他の留学生と交流するのももちろん良いけど、単に観光するだけでなく現地のコミュニティに混ざったり、ご飯を持ち寄ってホームパーティをして人脈を広げるのは非常に大切だと思う。ルームメイトは二人とも中国人だったが、いわばガールズトークをしたりして盛り上がったのも良い思い出。その国の価値観や恋愛観が垣間見れたのは貴重な経験だった。またルームメイトとはタレントショーにでるために演奏の練習を一緒にしたりもして、最初から最後まで非常にお世話になった。

派遣先大学の環境について

■設備:

wifi は施設の近くなら通じる。図書館はキャンパス内にたくさんあってどれも素晴らしいので覗くべき。メインライブラリーは自習環境も整っていて雰囲気もあるので、学習に利用することを勧める。

■サポート体制:

サマークラスの先生方は学生の語学力をわかっているのであまり小難しいことはしない。メールでも直接でも相談すればいつでも親身に乗ってくれる。

プログラム期間中の生活について

■宿泊先の種類:

学生寮

■宿泊先の様子、どのように見つけたか:

sessionE は寮がなかなか取れないので、ihouse や unit2、guest house など色々キャンセル待ちのメールを送りまくった。結果的に6月上旬くらいに unit2 に入れると連絡が来たので決定、その後来たものは全て断った。unit2 は大学からも学食からも近く良かったが、sessionE の学生が同じ階に多くいるので、中国人が非常に多く皆中国語で話していた。しかし自分の部屋では私のためにほぼ英語で話してくれていた。寮生なら無料で使えるジムやパソコンルームがあり、チューターになんでも質問や相談もできるので良かった。友達のつながりで student cooperative にも何度か遊びに行ったが、皆で一緒にご飯を作ったり掃除を分担したりコミュニティスペースがあって、多国籍の学生たちと多く関わることができる様子で良さそうだった。友人と一軒家をシェアハウスしてる人もいたが、そうすると同国籍の友人同士で常に過ごすことになってしまい、英語力の向上という点では効果がなさそうだった。ホームステイしている友人もいたが、他の Berkeley 生の友人ができにくそうで、roommates と色々出かけたものとしては寮で良かったと思った。

■気候、大学周辺の様子、交通機関、食事等:

気候は涼しい、というかたまに寒い。半袖も上着も両方必要。大学周辺は治安は悪くないがホームレスはたくさんいる。寮の近くに Drag free zone もあって、日没後は周辺でも出歩かない方が良い。Bart も屋は大丈夫だが夜は危ない。Shuttle bus が大学からもらえるカードで使い放題なので非常に重宝した。食事は、学食はまあ美味しいがアメリカンフードなので気をぬくと確実に太る。キャンパスの近くのアジアンゲッターのお店は美味しい。中国人がやはり多いので中華料理屋はたくさんある。

■お金の管理方法、現地の通貨事情:

クレジットカードを2種類作り、apple pay を使えるようにして行った。現金は5万ほど現地紙幣にかえて持って行った。時々カードが使えなかったり現金の方が安いお店がある。洗濯機は学生証のデビットポイントか、25セントコインのみ。コインで払うなら25セントがたくさん必要。

■治安、医療関係事情、心身の健康管理で気をつけたこと等、危機管理:

出歩くときは、特に一人の時は、アジア人・女子・若いというだけで狙われがちだから、観光客っぽさを出さないようにしたり現地の友人とできるだけ行動を共にする。日本語や中国語は喋らない。iPhone を手に持たない。周囲に気を配る。オークランドは治安が良くないので気を付けて。知らずに博物館に一人で行ったら、道中ホームレスにたくさん声かけられて身の危険を感じ後悔した。

■自由時間に利用した交通手段:
列車、バス、Uber
■プログラム期間中に利用したネット環境:
キャンパス Wifi

参加前の準備・手続きについて

■プログラムへの参加手続き:
オンラインで参加登録手続き、参加費支払いをし、残高証明書、パスポートコピー、英語能力証明書をアップロード。大学による説明書と Web ページの案内を見ながら早め早めに慎重に進める。
■ビザの手続き:
F1 ビザを取得。Berkeley の方から I-20 が送られてきてから、米国大使館のホームページで色々登録ののち、予約を取って大使館で面接しビザ取得。一つ一つの手順に時間がかかるので早め早めに。出国の1ヶ月前には全て終わらせておくと良いと思う。
■医療関係の準備:
特にしなかった。常備薬をたくさん持っていったくらい。
■保険関係の準備:
東大から必須とされた海外保険に入った。
■東京大学の所属学部・研究科(教育部)で行った手続き:
単位交換しない予定だったので、教務課で事務手続きなどの確認を取った以外は特に何もしなかった。
■語学関係の準備:
要求レベルが TOEFL80 で、自身の持っていたスコアはギリギリ 82 だったので、洋画を観たり Podcast を聴いたりリスニングには意識して取り組んだ。

費用・奨学金に関すること

■参加するために要した費用:	
航空費	200000 円
派遣先への支払い(授業料・施設利用料など)	330000 円
教科書代・書籍代	6000 円
海外留学保険料(東京大学指定のもの)	7600 円
保険・社会保障料(留学先で必要だったもの)	0 円
■その他、補足等:	
VISA 申請関係 4000	
■留学先で費やした生活費:	
家賃	120000 円
食費	40000 円
交通費	15000 円
娯楽費	30000 円

■その他、補足等:
■プログラム参加のための奨学金の受給有無:
受給した。
■奨学金の支給機関・団体名等:
卒業生有志の短期留学支援プログラム「東大生海外体験プロジェクト」による奨学金
■受給金額(月額):
80000 円
■受給金額についての補足等:
■奨学金をどのように見つけたか:
大学(本部国際交流課)からの案内

プログラムを振り返って

■プログラムに参加したことの意義、その他所感:
将来長期的に留学するにあたり、その心構えができたのは良かった。現地の友達に、自分の興味のある学術分野の強い大学などを聞くことができた。
■今後のキャリアに対する考え方や就職活動に与えた影響:
アメリカの人たちもオープンで人生を常に楽しんでいるように見えて、実際は私たちと同じように色々悩み苦しんでいることを知った。この気づきは私自身の考え方の根底に関わり、今後にも影響を及ぼすと思う。キャリアに関しては、向こうは女性の活躍度合いが日本より高いので、そこは非常に刺激になった。
■進路・就職先(就職希望先):
研究職、民間企業、起業
■今後参加を考えている学生へのメッセージ、アドバイス:
語学力向上のために短期留学に来ているならば、日本語は SNS での家族や友人とのやりとり以外では一切使わないくらいの意気込みで行くべき。日本人同士でも英語で話すことは良い訓練になる。やらない後悔よりやった後悔。
■準備段階や留学中に役に立ったウェブサイト、出版物:
アプリだが、現地では transit, uber あたりが非常に重宝した。

東京大学 海外留学・国際交流プログラム報告書(超短期プログラム用)

記入日: 8/21/2018

- 参加プログラム: Berkeley Summer Sessions (UCB): Regular courses
- プログラム情報: <https://www.u-tokyo.ac.jp/adm/go-global/ja/program-list-short-BerkleySummer.html>
- 派遣先大学: カリフォルニア大学バークレー校
- プログラム期間: 7/2/2018 ~ 8/10/2018
- 東京大学での所属学部・研究科等: 教養学部
- 学年(プログラム開始時): 学部 1

■参加にあたってこの時期を選んだ理由:

1 年次に進学選択に必要な単位は全てとっていたので、特に 2S は時間に余裕があったからです。

■参加を決めるまでの経緯:

入学前から漠然と留学をしたいと考えていました。Go Global のサイトで東大から申し込める海外プログラムにどのようなものがあるかは時々確認していました。留学と言っても、短期のものから交換留学など長期のものまで様々です。長期留学も興味がありますが、まずは海外で一人で暮らすことがどういう感じなのか体験してみたいと思いました。1 年の 12 月ごろに東大で夏の海外プログラムについての説明会に参加しました。バークレーのサマーセッションについて両親に相談し、応募することを決めました。東大の学内選考を通過でき、参加を決意しました。

プログラムについて

■概要:

私の参加したカリフォルニア大学バークレー校のサマーセッション D は、6 週間のプログラムです。二つ授業を取りました。そのうちの一つの「児童福祉」の授業は、リーディングの課題・ライティングの課題・グループプレゼンテーション・積極的な授業参加が求められました。この授業は 30 名ほどの生徒数で、半数以上は現地の学生でした。講義はオンラインで授業前に見ておくことが多く、授業中はその補足と質問、復習が中心でした。特に現地の学生は人前で話すことに抵抗を感じる人が少ないのか、何か思うことがあれば拳手をして発言していました。正直はじめのうちは慣れない面もありましたが、私も最終的には何度か発言できました。先生は丁寧で優しく、生徒の意見を汲み取ろうとしてくれていたことが印象的です。

■学習・研究以外の活動で取り組んだもの:

スポーツ

■学習・研究以外の活動で取り組んだものの内容、または取り組まなかった理由:

私のプログラムは 6 週間で授業が中心でしたので、文化活動・ボランティアなどに割く時間は設けられませんでした。友人と宿泊施設で卓球・ビリヤードなどをしました。気分転換の一種です。

■週末の過ごし方:

週末は主に友人と遊びに行きました。サンフランシスコの美術館に行ったり、シリコンバレーに行ったりしました。また寮のイベントでアルカトラズ島に行けたのも、良い思い出です。私は行けませんでした。友人の中には週末を利用して LA に行っている人もいました。

できる限り平日に授業の課題は全て終わらせるようにして、有意義な週末が過ごせるように心がけていました。ただし、課題が終わらないときは、日曜日の夜に寮内の図書館で取り組んだこともありました。

派遣先大学の環境について

■設備:

キャンパス内の図書館、ジム、キャンパスの無料 wifi、キャンパス内外のバスなどかなり整っています。基本的に無料で利用できます。

■サポート体制:

サポート体制を特に利用しなかったのが不明ですが、授業に関しては困ったことがあれば担当の先生に直接相談することをお勧めします。office hour という時間があり、先生が一对一で生徒の指導に当たります。語学面など授業に関して色々と相談できますし、どの先生も耳を傾けてくれるはずです。

プログラム期間中の生活について

■宿泊先の種類:

学生寮

■宿泊先の様子、どのように見つけたか:

東大がおすすめしている I-house という宿舎・学生寮に泊まりました。バークレーのキャンパス内にあり、授業に行くのに便利です。「インターナショナル・ハウス」という名前で、アメリカを含め世界各国から様々な人が集まっています。イベントが多く、様々な人と話せます。トイレ・シャワーが共有で、綺麗です。部屋には机とベットがあり、枕・シーツなどは自分で用意しなければいけません(寮内でも購入可能です)。

■気候、大学周辺の様子、交通機関、食事等:

バークレーはアメリカの西海岸カリフォルニア州サンフランシスコ付近に位置する都市です。地中海性気候で 7,8 月はほとんど雨が降りません。日中は日差しが強く、朝夕は冷え込みます。ジャケットなど体温調節しやすい服を持って行くことをお勧めします。大学周辺にはショッピング施設・レストランが多く、賑やかな町です。一方でホームレスも多く、注意が必要です。むやみに人のことを見たりしないように気をつけましょう。サンフランシスコから Bart という電車が走っており、カリフォルニア大学バークレー校の最寄駅 downtown berkeley まで空港から 1 時間以内でいけます。他にも uber やタクシーなども使えます。私は宿舎で食事をするのが多かったため、宿舎について書きます。私の泊まった I-house は、バイキング形式の食堂があります。牛肉やチキン、ベジタリアンフードなど、様々な食べ物が揃っています。美味しく、食事に困ることはありませんでした。

■お金の管理方法、現地の通貨事情:

基本的にはカードを利用しました。日本でデビットカードを発行し、それを使用していました。現金を多く持ち歩くのは危険かもしれません。ただ友人とご飯を食べたときなどに現金があると便利だとも思いました。予備で持っているとお心強いです。

■治安、医療関係事情、心身の健康管理で気をつけたこと等、危機管理:

バークレーの治安は基本的に良いです。ただし、日本とは異なります。人通りの少ないところには近づかないほうが良いです。不用意な夜の外出は控えましょう。夜の単独外出は危険です。私の滞在中に隣町の電車の駅で殺人事件が起こりました。町にはホームレスの人々が多く、注意が必要です。

■自由時間に利用した交通手段:

列車、バス、Uber

■プログラム期間中に利用したネット環境:

キャンパス Wifi、店の無料 wifi

参加前の準備・手続きについて**■プログラムへの参加手続き:**

冬に学内選考があります。志望理由などいくつかの書類を提出しなければなりません。学内選考に通ると、パークレーに直接申し込みをすることになります。ここからは基本的に全て英語のサイトでの申し込みになります。パークレーのプログラム・宿舍の確保と同時にビザの申請も行います。3つの作業を同時並行することになるので大変になると思いますが、カレンダーなどを活用してうまく乗り切りましょう。私の場合宿舍の確保がギリギリになり、焦りました。またクレジットカードですが宿舍の支払いなどに使えない種類もありますので早めの確認が必要です。

■ビザの手続き:

アメリカ合衆国の学生用ビザ F-1 を取得しました。出発の約 4ヶ月前に個人用アカウントを作り、公式サイトからの指示に従って進めました。ビザ 取得にあたりパスポートの有効期限が 6ヶ月以上必要でしたので、私は作り直しました。パークレーから I-20 が東大に送られ、それを持ってビザの面接に行きます。場所は千代田区のアメリカ大使館で、面接では基本的なことを聞かれました。面接とは言え、落ち着いて答えれば特に問題はありませんでした。授業などと並行してビザの手続きを行わなければなりません。時間に余裕を持つことを心がけましょう。

■医療関係の準備:

常備薬は多めに持って行きました。私は出発の頃に風邪を引いてしまい、完全回復まで到着から 1週間ほどかかりました。体調が悪いと気分が滅入ることがあるので気をつけましょう。

■保険関係の準備:

東京大学指定の「学研災付帯 海外留学保険」に加入しました。この保険加入は必須でした。その他は特に加入しませんでした。

■東京大学の所属学部・研究科(教育部)で行った手続き:

プログラムの日程が S セメスター後半の授業と重なってしまったので、あらかじめ担当の先生に相談し、ご理解をいただきました。電子メールでレポートの提出をしました。

■語学関係の準備:

出発前の語学レベルはおそらく東大生の平均ぐらいです。スピーキングに抵抗はありませんでしたが、リスニングが少し苦手でした。現地に到着して初めの 1週間ほどはリスニングに苦労しました。当たり前ですが、英語の能力が高い方が深い会話ができますし、ユーモアを理解したり冗談を言えたりする余裕ができるので、リスニング・スピーキングを中心に渡航前に学習されることをお勧めします。

費用・奨学金に関すること**■参加するために要した費用:**

航空費	200000 円
派遣先への支払い(授業料・施設利用料など)	400000 円
教科書代・書籍代	3500 円
海外留学保険料(東京大学指定のもの)	13000 円

保険・社会保障料(留学先で必要だったもの)	0 円
■その他、補足等:	
■留学先で費やした生活費:	
家賃	360000 円
食費	20000 円
交通費	10000 円
娯楽費	30000 円
■その他、補足等:	
寮の食堂の食事 60 回分が家賃に含まれていたため、外食をしない限り食費は抑えられました。	
■プログラム参加のための奨学金の受給有無:	
受給した	
■奨学金の支給機関・団体名等:	
卒業生有志の短期留学支援プログラム「東大生海外体験プロジェクト」による奨学金	
■受給金額(月額):	
80000 円	
■受給金額についての補足等:	
■奨学金をどのように見つけたか:	
大学(本部国際交流課)からの案内	

プログラムを振り返って

■プログラムに参加したことの意義、その他所感:
<p>パークレーのサマーセッションに参加して大変満足しています。6 週間で多くの人と出会い様々なことを体験できました。将来のことを考える時間にもなりましたし、日本ではなかなか難しい、多国籍の人と色々な話をすることができました。将来海外で働いてみたいと思っていた私には、本プログラムでその気持ちをより強くしました。</p>
■今後のキャリアに対する考え方や就職活動に与えた影響:
<p>今までは漠然と給料の良い仕事に就きたいと考えていましたが、今回のプログラム参加をきっかけに楽しめる仕事に就きたいと考えるようになりました。給料は結果で、仕事の中身の重要性に気がつきました。そのためにも今後様々なことに挑戦し、自分がどんなことが好きなのかを知っていきたいと思います。就職活動に影響を与えたのかどうかは不明です。</p>
■進路・就職先(就職希望先):
<p>公的機関, 民間企業</p>

■今後参加を考えている学生へのメッセージ、アドバイス:

もし参加したいと少しでも思うのであれば、積極的に参加するべきだと思います。世界各国様々な人と関わる機会になりますし、有意義な時間が過ごせると思います。ただし、ただ参加するのではなく、目的を持ち人とのつながりを大切にしてください。留学先で出会った新しい人とのコミュニケーションを大切にしましょう。

■準備段階や留学中に役に立ったウェブサイト、出版物:

Go Global に掲載されていた過去の体験談を読みました。同じプログラムに参加された方の生の意見ですので、非常に参考になりました。

東京大学 海外留学・国際交流プログラム報告書(超短期プログラム用)

記入日：8/19/2018

- 参加プログラム：Berkeley Summer Sessions (UCB):Regular courses
- プログラム情報：<https://www.u-tokyo.ac.jp/adm/go-global/ja/program-list-short-BerkleySummer.html>
- 派遣先大学：カリフォルニア大学バークレー校
- プログラム期間：7/23/2018 ~ 8/10/2018
- 東京大学での所属学部・研究科等：教養学部
- 学年(プログラム開始時)：学部1

■参加にあたってこの時期を選んだ理由：

期末試験がより早く終わる 2S セメスターの終わりのころに行くと、進学や通常の授業に影響しないのでこの時期を選びました。

■参加を決めるまでの経緯：

学部から卒業したら、アメリカの大学に留学するかしないかを迷っていて、実際にアメリカの大学で勉強するのはどんな感じなのかを体験したいので、今回のプログラムに参加することにした。このようなプログラムに参加することで、世界各地から来る人と交流して、彼らが学部生の時に何をしているか、将来はどうするつもりかをたくさん聞いてから、自分の進路を決めようと思っていた。それと、単純にアメリカに行きたい。旅行だけだったらつまらない。勉強しながらあるところを探索したい。

プログラムについて

■概要：

授業は非常に楽しかった！宿題の量もちょうどよかった。一つ Humor という授業を取った。アメリカの Saturday night live という番組を通してアメリカ式ユーモアの歴史や内容について学んだ。社会現象や問題を取り扱っていて、興味深い内容だった。私が履修登録した時に自分が取ろうとした授業が満員であったことはちょっと残念なことだった。できれば、可否で評価する授業じゃなくてちゃんとした点数で評価する授業を取りたい。Session E に中国人が非常に多くて、時には授業に中国語で喋ることになってしまう。

■学習・研究以外の活動で取り組んだもの：

旅行など

■学習・研究以外の活動で取り組んだものの内容、または取り組まなかった理由：

同じ寮に住んでた友達と人狼ゲームをやった(週3回ぐらい)、LA に行った(観光目的)

■週末の過ごし方：

サンフランシスコ、スタンフォード大学、シリコンバレー、ロサンゼルスに行きました。

派遣先大学の環境について

■設備：

バークレーにたくさんの図書館がある。アクセスするには学生証が必要なのは二つだけある。私が一番好きなのは Moffit という図書館で、蔵書はあんまりないが、討論エリアがたくさん設置されていて、学術的雰囲気が高い図書館だと思う。スポーツ施設には行ったことがない。バークレーの食堂の中で一番好きなのは Unit3 の下にある Cafe 3 という食堂である。環境もいいし、Cafe 3 の食べ物も Crossroad(バークレーの

もう一つの食堂)のより美味しいと思う。学内 Wifi はバークレーの建物であれば、必ず飛んでる。自分のアカウントで申請できる。Airbear という。
■サポート体制:
何か質問があれば、Wheeler Hall 119 あるいは I house にある International Office に伺えばいい。学習面に質問があれば、遠慮なく教授にメールで連絡すればいい。

プログラム期間中の生活について

■宿泊先の種類:
学生寮
■宿泊先の様子、どのように見つけたか:
学校の南門まで歩いて 15 分ぐらいかかる Residence Hall Unit 2 に滞在した。もう 2 人の清華大学から来た学生とルームシェアした。安かったが、トイレやシャワー室は 1 フロアーで共有していたのでちょっと不便なところもある。私が住んでいた階に 1 つ自習室がある。8 階なので、自習室の外のベランダにベイエリアが見える。たまに同じブロックに住んでいた友達と人狼ゲームをやったりして、最高に楽しかった！先輩たちの体験記を見て Unit2 を見つけた。
■気候、大学周辺の様子、交通機関、食事等:
バークレーは西海岸にあるので公共の交通機関が非常に不便で、uber をダウンロードしてアカウントを申請しておいたほうがいい。3 週間の間ほとんど uber で色々なところに行く。夜に出かける時にはできるだけ、友達と一緒にいったほうがいい。バークレーにはホームレスが多くて治安が日本よりずっと悪い。特に Oakland に行く時は絶対に友達と一緒にいったほうがいい。アメリカの西海岸は地中海気候で、夏は爽やかで非常に過ごしやすかった。ただし、朝と夜はちょっと寒くて長袖の服を持っていったほうがいい。食事といえば、学校の食堂はそんなに美味しくないと思う。スタンフォード大学の食堂はバークレーより何倍も美味しい。もしスタンフォード大学に行ったら、ぜひ食堂で一回食べてみて下さい。バークレーの周りにはたくさんの中韓料理店がある。しかも、中国にある店よりも美味しい店もある。ちょっと高いが、友達と一緒に行けばお得になると思う。Great China という店がオススメ。バークレーの周辺にはミルクティー屋さんも数え切れないほどある。
■お金の管理方法、現地の通貨事情:
ほとんどのところでクレジットカードが使える。私は 1500 \$ を持って行った。アメリカで一番よく使われるのが 20 \$ の紙幣なので、両替する時には 100 \$ の紙幣ばかりにしないほうがいい。現地での小さい店は 100 \$ の紙幣を扱わない時たまにある。
■治安、医療関係事情、心身の健康管理で気をつけたこと等、危機管理:
夜 9 時以降に出かけないほうがいい。携帯や財布やパソコンを手を持たず、カバンの中にしまっておいたほうがいい。不審者と話さないほうがいい。
■自由時間に利用した交通手段:
Uber、Bart (地下鉄)
■プログラム期間中に利用したネット環境:
キャンパス Wifi、SIM

参加前の準備・手続きについて

■プログラムへの参加手続き:

東京大学を通して手続きを行った。募集要項に従って必要な書類を提出すればいい。ただし、大学が指定された計算方法で GPA が 2.30 以下でしたら、奨学金を申請する際に、もう一つ書類を提出して、自分をアピールしないとイケなくて、ちょっと面倒なことになるので、1 年生の時に真面目に勉強したほうがいい。学内選考結果がきたら、すぐに派遣先大学の手続きを行い、履修登録をするのがオススメです。人気な授業は先着順となっていて、バークレーの学生に保留される席も何席かあるので、早く登録しないと好きな授業が取れないかもしれない。

■ビザの手続き:

ビザは F-1 を取りました。手続きに要した時間は意外と短い。一週間以内にオンライン登録からビザが貼ってあるパスポートをもらうまで全部の手続きが終わった。派遣先の大学から I-20 をもらったら、すぐにビザ申請の手続きを始めることができる。まずはオンラインで DS-160 というフォームを記入する必要がある。(結構時間がかかる)ビザのいろいろな費用もオンラインで支払えばいい。要はアメリカ領事館のホームページをちゃんと読んで、必要な種類を揃ったら面接を予約しよう。面接での質問も通常な個人情報だけである。ex.どの大学で勉強しているか?何を勉強しているか?アメリカのどの大学に行きますか?(私の面接は英語で行った)

■医療関係の準備:

特にない。けど、常備薬を持って行ったほうがいい。

■保険関係の準備:

学校が指定された保険だけに加入した。

■東京大学の所属学部・研究科(教育部)で行った手続き:

教養学部へ海外渡航届を提出した。

■語学関係の準備:

TOEFL 106 点 (2016.2.28 に受験)

費用・奨学金に関すること

■参加するために要した費用:

航空費	200000 円
派遣先への支払い(授業料・施設利用料など)	380000 円
教科書代・書籍代	1500 円
海外留学保険料(東京大学指定のもの)	3000 円
保険・社会保障料(留学先で必要だったもの)	0 円

■その他、補足等:

派遣先への支払いは家賃と一部の食費が含まれています。

■留学先で費やした生活費:	
家賃	150000 円
食費	90000 円
交通費	20000 円
娯楽費	200000 円
■その他、補足等:	
VISAを申請する費用は約55000円かかります。	
■プログラム参加のための奨学金の受給有無:	
受給した。	
■奨学金の支給機関・団体名等:	
卒業生有志の短期留学支援プログラム「東大生海外体験プロジェクト」による奨学金	
■受給金額(月額):	
160000 円	
■受給金額についての補足等:	
■奨学金をどのように見つけたか:	
ネット上の情報や掲示物などから見つけた。	

プログラムを振り返って

■プログラムに参加したことの意義、その他所感:
英語力が上がったことは一番目の意義。また、アメリカを見直す機会ができた。サプライズがあると同時に、アメリカは私が思い込んだように完璧なところでもない。学部から卒業してからの進路をもっと慎重に考えないといけない。最後に、プログラム全体は非常に楽しかった。またチャンスがあれば、一つも逃がさず、ぜひ行きたいと思っている。
■今後のキャリアに対する考え方や就職活動に与えた影響:
やはり色々体験して見てから、進路を決めたほうがいい。実際に見ないと、体験しないと、物事の本質がわからないから(進学先は一応決まっている、工学部の応用化学科である)。就職活動はまだ深く考えていない。理系だから、とりあえず大学院に行くつもりである。
■進路・就職先(就職希望先):
研究職、民間企業、起業。 まだ全然決められていない。今まで体験したことがあるのは勉強することだけ、研究もやったこともないし、企業で働くこともないので、進路を絞ることができない。
■今後参加を考えている学生へのメッセージ、アドバイス:
ぜひぜひ迷わず参加してください！！私はこのような留学プログラムを強く勧めます！たくさんの人と出会って、もっと広い世界を見ることで自分の視野を広げることができると思います。進学に影響がなれば、個人的にはできるだけこのようなプログラムにたくさん参加したいです。

■ 準備段階や留学中に役に立ったウェブサイト、出版物:

<https://www.berkeley.edu>

<https://reslife.berkeley.edu>

<https://jp.usembassy.gov/ja/visas-ja/>

東京大学 海外留学・国際交流プログラム報告書(超短期プログラム用)

記入日: 9/5/2018

- 参加プログラム: Berkeley Summer Sessions (UCB): Regular courses
- プログラム情報: <https://www.u-tokyo.ac.jp/adm/go-global/ja/program-list-short-BerkleySummer.html>
- 派遣先大学: カリフォルニア大学バークレー校
- プログラム期間: 6/18/2018 ~ 8/10/2018
- 東京大学での所属学部・研究科等: 教養学部
- 学年(プログラム開始時): 学部 1

■参加にあたってこの時期を選んだ理由:
進学選択前で比較的時間があつたため
■参加を決めるまでの経緯:
必要経費に対してもらえる奨学金が薄かったため、参加申込みの際に迷った。

プログラムについて

■概要:
カリフォルニア大学バークレー校の実際の講義に参加した。
■学習・研究以外の活動で取り組んだもの:
取り組んでいない
■学習・研究以外の活動で取り組んだものの内容、または取り組まなかった理由:
学習で忙しい
■週末の過ごし方:
サンフランシスコ市内の観光、学習

派遣先大学の環境について

■設備:
東京大学と同程度
■サポート体制:
利用していない。

プログラム期間中の生活について

■宿泊先の種類:
学生寮
■宿泊先の様子、どのように見つけたか:
国際交流課のおすすめに従った。

■気候、大学周辺の様子、交通機関、食事等:
ベイエリアは涼しかった。
■お金の管理方法、現地の通貨事情:

クレジットカードを主に利用した。
■治安、医療関係事情、心身の健康管理で気をつけたこと等、危機管理:
特になし。
■自由時間に利用した交通手段:
列車、バス、Uber
■プログラム期間中に利用したネット環境:
キャンパス Wifi

参加前の準備・手続きについて

■プログラムへの参加手続き:
国際交流課に必要書類を提出し、その後留学先の事務所に書類を送った。
■ビザの手続き:
アメリカ大使館に行って書類を提出した。
■医療関係の準備:
アメリカではハードコンタクトレンズ用品がない。
■保険関係の準備:
大学の推奨する付帯海学保険に加入した。
■東京大学の所属学部・研究科(教育部)で行った手続き:
単位認定はされなかった。
■語学関係の準備:
IELTS の受験料は自前だった。

費用・奨学金に関すること

■参加するために要した費用:	
航空費	100000 円
派遣先への支払い(授業料・施設利用料など)	400000 円
教科書代・書籍代	10000 円
海外留学保険料(東京大学指定のもの)	20000 円
保険・社会保障料(留学先で必要だったもの)	0 円
■その他、補足等:	
■留学先で費やした生活費:	
家賃	200000 円
食費	60000 円
交通費	10000 円
娯楽費	20000 円
■その他、補足等:	

■プログラム参加のための奨学金の受給有無:
受給した。
■奨学金の支給機関・団体名等:
東京大学、JASSO
■受給金額(月額):
320000 円
■受給金額についての補足等:
■奨学金をどのように見つけたか:
大学(本部国際交流課)からの案内

プログラムを振り返って

■プログラムに参加したことの意義、その他所感:
コンピューターサイエンスの基本を英語で学習する経験ができたため
■今後のキャリアに対する考え方や就職活動に与えた影響:
アメリカで IT 関係の職につくことを考慮し始めた。
■進路・就職先(就職希望先):
民間企業
■今後参加を考えている学生へのメッセージ、アドバイス:
2S のこの時期の留学はありだと思います。
■準備段階や留学中に役に立ったウェブサイト、出版物:
Go Global のホームページ